

Артикуляционная гимнастика

Артикуляционная гимнастика (АГ) – это упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти, необходимые для правильного звукопроизношения.

АГ является основой формирования речевых звуков - фонем и коррекции нарушений звукопроизношения. Она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

При выполнении АГ нужно соблюдать следующие рекомендации

1. Внимательно прочитайте описание упражнения. Попробуйте выполнить его перед зеркалом. Только после того, как Вы сами освоите это упражнение, предлагайте его ребенку.
2. Гимнастика проводится ежедневно по 5-10 минут.
3. Упражнения выполнять сидя перед зеркалом (достаточно настольного зеркала 15*15 см., в спокойной обстановке, при достаточном освещении).
4. Комплекс на одно занятие включает 5-7 упражнений для губ и языка, 1 упражнение для развития речевого дыхания.
5. Каждое упражнение выполняется по 5 раз.
6. После того, как упражнение усвоено, ребенок выполняет его без показа взрослого (*по названию*).
7. Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения упражнений.
8. Упражнения должны быть целенаправленными: важно не их количество, важны правильный подбор упражнений и качество выполнения.



1. **«Улыбка» («заборчик»).** Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5–10 сек. Следить, чтобы губы не подворачивались внутрь.

Зубы ровно мы смыкаем
И заборчик получаем.
А сейчас раздвинем губы,
Посчитаем наши зубы.



2. **«Трубочка» («хоботок»).** Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5–10.

Подражаю я слону,
Губы хоботом тяну.



3. **«Язык здороваается с подбородком».** Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком потянутся вниз к подбородку. Прodelать 5–10 раз.



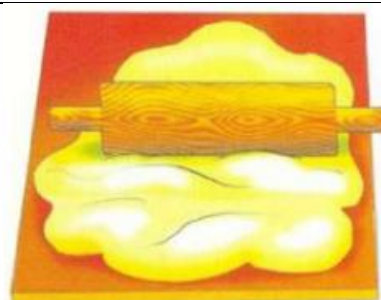
4. **«Язык здороваается с верхней губой».** Слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу. В дальнейшем можно чередовать упражнения 3–4: **«качели».**

На качелях я качаюсь:
Вверх-вниз, вверх-вниз.
Высоко я поднимаюсь,
Опускаюсь снова вниз.



5. **«Хомяк»**. Рот закрыт. Язык поочередно упирается в правую и левую щеки, оставаясь в каждом положении по 3–5 секунд.

Хомячок надует щеки,
У него зерно в мешочках



6. **«Месим тесто»**. Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами, произносить: «Пя-пя-пя-пя ...». Медленно двигайте язык вперед – назад.

Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто ждем, ждем, ждем,
После скалку мы возьмем,
Тесто тонко раскатаем,
Выпекать пирог поставим.



7. **«Горка» («мостик»)**. Широко открыть рот. Широкий язык опустить за нижние зубы, упереться в них языком. Плотно прижать боковые края к верхним коренным зубам.

Вот так горка, что за чудо!
Выгнулся язык упруго:
Кончик в зубы упирается.
Бока кверху поднимаются.



8. **«Чашечка»**. Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашки.

Язык широкий положи,
А края приподними.
Получилась чашка,
Кругленькая чашка.



• **«Маляр».** Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое небо («потолок»), делая движения языком вперед – назад, поглаживая небо.

Мы работаем с утра,
Красить потолок пора,
Челюсть ниже опусти,
Язык к небу подними.
Поводи вперед – назад –
Наш маляр работе рад.



10. **«Лошадка».** Улыбнуться, широко открыть рот пощелкать кончиком языка наверх. Ускоряем темп. Следим за тем, чтобы нижняя челюсть не двигалась.

Едем, едем на лошадке,
По дорожке ровной,
гладкой.



11. **«Грибок».** Улыбнуться, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка натянулась («ножка гриба»). Удерживать в таком положении язык в течение 5–10 сек. Если так сделать не удастся, вернуться к упражнению «лошадка».

Я стоя на ножке тонкой,
Я стою на ножке гладкой,
Под коричневою шляпкой
С бархатной подкладкой.



12. **«Парус».** Улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поставить на альвеолы, удерживать на счет до 8–10. Повторить 2–3 раза. В последующем можно выполнить упражнение «комарик»: из данного исходного положения пытаемся сказать «дзззззззз», но не отрывисто, а протяжно, 5–10 сек.

Лодка под парусом
По реке плывет,
На прогулку лодочка
Малышей везет.